

# „BEING ME IS THE NEW SEXY“

*Authentisch Ich-sein in Beziehungen und Sexualität.*

Einladung zu einem  
Gruppen-Selbsterfahrungs-  
Wochenende

“Some people grow in every way but sexually.” (Stella Reznick)



Unsere Sexualität ist ein Spiegel unserer Beziehungen – zu anderen, aber auch zu uns selbst. Existentielle Themen und Fragen des Menschseins werden in der Sexualität aufgeworfen und das Streben nach Antworten, Haltungen und neuen Möglichkeiten bedeutet dabei persönliches Wachstum. Beim Thema Sexualität eröffnet sich ein breites Spektrum an Gefühlen, die frühkindliche Bindungserfahrungen ebenso umfassen wie unseren Umgang mit Körperlichkeit, Lust, Genuss, Scham, Unsicherheit und diversen Ängsten. Dies zu erfahren, die eigenen Bedürfnisse auszusprechen, Grenzen zu setzen und zwischen einer Vielfalt an möglichen sexuellen L(i)ebensentwürfen zu wählen, ist eine oftmals lebenslange Herausforderung.

An wen richtet sich dieses Seminar und zu welchen Themen wollen wir arbeiten?

Im geschützten Raum der Gruppe möchten wir euch (erwachsene Personen, aller sexueller Orientierungen und geschlechtlicher Identitäten) einladen, unter therapeutischer Begleitung folgenden, möglichen Fragen gemeinsam nachzugehen:

- Wie geht es mir mit meiner Sexualität? In welchen Bereichen fühle ich mich frei und authentisch und an welchen Stellen fühle ich mich vielleicht von alten Mustern blockiert?
- Kann ich mich bei meinen sexuellen Kontakten ganz auf mich, den/die Andere einlassen, Genuss verspüren und erlebe ich in meiner Sexualität Befriedigung, so wie ich sie mir wünsche?
- Wie geht es mir mit meiner Männlichkeit, meiner Weiblichkeit ... mit meiner sexuellen Orientierung, mit meiner geschlechtlichen Identität?

## Seminarleitung:



Maga(FH) Magdalena Ségur- Cabanac, MSc  
Psychotherapeutin, Paar-und Sexual-  
therapeutin  
Integrative Gestalttherapie  
T 0680 / 33 123 13  
office@praxis-psychotherapie.wien



Dr. Roman Winkler, MMSc  
Psychotherapeut  
Integrative Gestalttherapie  
T 0650 / 566 71 70  
office@psychotherapie-winkler.at

### TERMINE UND SEMINARZEITEN

### ORT

### ANMELDUNG

### KOSTEN

### ABSAGE / STORNO

### TEILNEHMER\*INNEN

## Organisatorischer Rahmen:

Freitag, 30. November 2018 von 17:00 bis 20:30  
Samstag, 1. Dezember 2018 von 09:30 bis 17:00  
Sonntag, 2. Dezember 2018 von 09:30 bis 12:30

Eggerthgasse 9 Top 6, 1. Stock  
Praxisgemeinschaft  
1060 Wien

Maga(FH) Magdalena Ségur-Cabanac, MSc  
office@praxis-psychotherapie.wien

Die Anmeldung erlangt mit dem Einlangen der Seminar-  
kosten auf gleichnamiges Konto Gültigkeit.  
IBAN: AT23 1420 0200 1130 1674  
BIC: EASYATW1

Einzahlung bis zum 31.10.2018: 230 €; (USt.frei)  
Einzahlung ab 1.11.2018: 280 € (Ust.frei)  
Anmeldeschluss ist der 23.11.2018

bis 16.11.2018 100 % Rückerstattung abzüglich 50€  
Bearbeitungsgebühr, bei späterem Rücktritt wird der  
gesamte Seminarbeitrag einbehalten  
(außer bei Nennung eines/r Ersatzteilnehmer\*In)

Das Seminar findet ab 6 Personen statt;  
Beschränkte Teilnehmer\*Innenzahl max. 10.

Die Teilnahme am Seminar erfolgt in Eigenverantwortung !